Газета заснавана ў 1931 годзе. Адноўлена ў 1999 годзе.

# Голас Пружаны

№ 2 (2)
Пятніца,
9-16 чэрвеня
2000 года

Штотыднёвая незалежная грамадска-палітычная газета

Кошт свабодны

2 старонка КУДА ПОЙТИ ЗА КРАСОТОЙ? Парикмахерская по ул. Ширмы

3 старонка НОВОСТИ СПОРТА ФУТБОЛ ТАЭКВОНДО

4 старонка РАСКЛАД РУХУ ЦЯГНІКОЎ ПА СТАНЦЫІ АРАНЧЫЦЫ

## Ці паважаюць закон начальнікі і кіраўнікі?

*Даведка паводле*

**Дэкрэта Прэзідэнта Рэспублікі Беларусь ад 26.07.1999г. №29**

п.4. Выплата заработнай платы праводзіцца рэгулярна ў дні, вызначаныя калектыўным дагаворам (пагадненнем), працоўным дагаворам (кантрактам), але не радзей за адзін раз у месяц.<...>

Пры супадзенні тэрмінаў выплаты заработнай платы з дзяржаўнымі святамі, святочнымі, або выхаднымі днямі яна павінна праводзіцца на пярэдадні іх.

Сярэдні заработак за увесь час адпачынку выплачваецца не пазней чым за адзін дзень да пачатку адпачынку.

Выплата заработнай платы кіраўнікам арганізацый праводзіцца не раней як выплаты работнікам дадзеных арганізацый і ў адпаведнасці з працэнтам (доляй) заработнай пдлаты, выплачанай гэтым работнікам.

п.5. Лічыць невыкананне Канстытуцыі Рэспублікі Беларусь, рашэнняў Прэзідэнта Рэспублікі Беларусь, законаў Рэспублікі Беларусь, пастаноў Савета Міністраў Рэспублікі Беларусь і судовых пастаноў пры ажыццяўленні службовых абавязкаў грубым парушэннем працоўных абавязкаў.





*Из серии «Театр тела».*

Автор фотокомпазиции - Галина Каптур. Выпускница факультета дизайна Белорусской Академии Искусств (1996) впервые представляет свои работы в музее-усадьбе «Пружанский Палацик».

Фотовыставка «Стремление к тайне» открыта для посетителей с 1 по 31 июня. С 10.00 до 13.00 и с 14.00 до 17.00, выходной - суббота.

## НАВІНЫ

11 чэрвеня народны хор "Вербніца" выязджае ў польскі горад Беласток для ўдзелу ў фестывалі беларускай песні.

У гэтым годзе на міжнародны фестываль "Палескі карагод", які адбудзецца з 9 па 11 чэрвеня ў г.Пінску, з нашага горада паедуць: народны ансамбль танца "Завіруха", кіраўнік Васілюк Ю.С., народны хор "Вербніца", кіраўнік Гвоздзік І.І. і народны эстрадны аркестр, кіраўнік Казей Ю.П.

З 1 па 5 чэрвеня ў Камянцы праходзіў міжнародны фестываль творчасьці дзяцей-інвалідаў, арганізаваны Беларускай асацыяцыяй дапамогі дзецям-інвалідам. Пружанскае аддзяленне БАДДІ так сама прадставіла сваіх ўдзельнікаў. Да акцыі далучыліся арганізацыі з Беларусі і Расіі, прадстаўнікі дабрачынных фондаў, галоўным чынам супрацоўнікі Counterpart (Мінск).

Газета «Брэсцкі кур'ер» стала лаўрэатам міжнароднай прэміі. Прэмія фонду нямецкага тыднёвіка «Цайт» прысуджаецца маладым калектывам і аўтарам за мужнасьць у барацьбе за дэмакратыю. Урачыстая цырымонія ўручэння ўзнагароды адбылася ў Гамбургу.

Па інфармацыі айчыннага Міністэрства аховы здароўя на сёньняшні дзень кураць амаль палова мужчынаў Беларусі, прычым ва ўзроставай катэгорыі ад 23 да 34 гэтая лічба дасягае 52%, ад 35 да 44 - 40 працэнтаў, далей пад сівую сталасьць - яшчэ крыху менш. Медыкі мяркуюць, што ў моладзевых асяродках больш-менш рэгулярна спажываюць тытунь каля 70 працэнтаў юнакоў і мужчынаў ва ўзросьце ад 15 да 23. Сярод жаночай паловы прыкладна ва ўсіх узроставых катэгрыях доля тых, хто курыць, складае 5-7%.

У Польшчы выйшаў пераклад «Сьцяны» Васіля Быкава. Кніга адразу ж атрымала прыхільную рэакцыю чытачоў і крытыкаў. Прэзентацыя мелася адбыцца 5 чэрвеня, але пісьменнік не змог выехаць з Нямеччыны, бо ягоная паўгадовая віза прызначаная толькі для аднаразовага ўезду.

**БАРЦ**

## “РАСКІДАНАЕ ГНЯЗДО” або *Хто абароніць першага лінёўскага фермера?*

На паседжанні Пружанскага райвыканкама ад 23 мая было прынята рашэнне аб адабранні зямельнага надзела ў Кавалевіча У.М. за нерацыянальнае вакарыстанне.

Уладзімір Мікалаевіч не пагадзіўся з гэтым рашэннем і звярнуўся ў рэдакцыю газеты з просьбай выказаць свае думкі на старонках “Голасу Пружаны”.

Аднойчы паверыўшы дзяржаве, што селянін, ці па новаму фермер можа атрымаць у пажыццёвае спадчыннае ўладанне зямельны надзел, я вырашыў скарыстаць такую магчымасць.

У 1992 годзе мне было выдзелена 9,6 гектара зямлі для арганізацыі фермерскай гаспадаркі. Простым фермерам калгасы выдзялялі звычайна няўдобіцы.

Не быў і я выключэннем. Набыў два трактары Т-25 і Т-40, старыя, зношаныя, але яшчэ прыкладўшы рукі могуць папарацаваць. Ёсць два прычэпы, плуг, бораны.

Толькі мне ды Богу вядома колькі прыйшлося пакласці здароўя і сіл, каб заросшыя кустамі і хмызняком, пакрытыя купінамі і мохам няўдобіцы ператварыліся ў прыдатныя для земляробства палеткі. Выкапаў сажалку.

Былі і добрыя ўраджаі і, часам прыкрыя праліткі. Але пачуццё гаспадара, уласніка зямлі давала новыя сілы.

І вось выклікаюць у райвыканкам і паведамляюць, што паводле рашэння камісіі фермерская гаспадарка Уладзіміра Кавалевіча не існуе.

З членаў райвыканкама ніхто нават не зварухнуўся, каб удакладніць абставіны.

Некалькі разоў пра маі посьпехі пісалі "Раённыя Будні". Нават падвор'ё паводле конкурсу было прызнана адным з лепшых у раёне. А тут не паспеў чалавек засеяць частку палеткаў і аддай зямлю.

Ёсць жа закон, зямельны кодэкс, дзе напісана, што толькі пасля аднаго года неапрацоўкі магчыма такая мера пакарання.

Трохі здароўе падвяло, тэхніка ламалася. Непаспяваў. Дык жа на вуліцы яшчэ 23 мая. Ёсць жа яшчэ час, каб нешта выправіць, бульбу пасадзіць, ды і грэчку пасеяць. Дарэчы бульбу і грэчку я ўсё роўна пасадзіў. Трэба ж нечым тры каровы і свінню карміць. На маленькую пенсію не пражывеш.

Ніхто з чыноўнікаў нават не задумаўся, што павінна быць кампенсацыя маіх затрат на рэкультывацыю, раскарчоўку, капанне каналаў для адводу вады, капанне вадаёма 40 на 75 метраў.

Лічу, што рашэнне райвыкнкама несправядлівае, неадпаведнае Закону аб фермерскай гападарцы.

**У. Кавалевіч.**

## У Пружанах новы фермер.

Былы старшыня Пружанскага райвыканкама Тарасевіч С.В. стаў адным з буйнейшых фермераў у раёне. Для арганізацыі і вядзення фермерскай гаспадаркі райвыканкам выдзеліў яму 98 гектараў у пажыццёвае наследуемае ўладанне з зямельнага фонду эксперыментальнай базы "Белавусаўшчына".

# Куда пойти за красотой?

***Где в нашем городе подстричься или сделать причёску, возможно, многие для себя уже решили. Но если вы ещё в поисках своего мастера, смело обращайтесь в парикмахерскую по ул. Ширмы (помещение бывшего военного закрытого магазина).***

Туда направилась и я. Татьяна Гарустович за работой рассказала, что в профессию пришла сознательно – мечтала с детства как мама стать парикмахером. Азы профессии Татьяна постигала сразу у кресла, наблюдая работу опытного мастера. Сейчас же клиенты не дают ни минуты на отдых, и приём ведётся по предварительной записи. Сложился свой немалый круг посетителей и у второго парикмахера Валентины Гавра. О профессиональном мастерстве девушек можно судить ещё и по такому интересному факту. Год назад коллектив парикмахерской был приглашён на Брестский областной конкурс, проходивший в рамках чествования двухсотлетия А.С.Пушкина. Собравшись со всего региона, мастера должны были сделать причёску одному из героев Пушкинских сказок. Царица Наина (на фото) из сказки «Руслан и Людмила» в исполнении Татьяны заняла достаточно высокое 4 место, Валентина же работала над образом в качестве стилиста-визажиста.



А такие виды услуг как маникюр, коррекция формы бровей, покраска бровей и ресниц вам предоставят только в этой парикмахерской за достаточно умеренную цену. Мастер маникюра Загорская Наталья приведёт ваши руки в порядок всего за 500 рублей, а уход за бровями и ресницами обойдётся и того меньше – в 400 «зайчиков». Будет не лишним привести цены и на некоторые парикмахерские услуги:

- *мытьё головы, стрижка, укладка феном – 700 рублей;*
- *стрижка и укладка с помощью плойки – 1200 руб.;*
- *мелирование – 1200 – 2000 руб. (в зависимости от длины волос);*
- *покраска волос – 400 руб. (с применением краски клиента);*

Как видим цены вполне приемлемы для большинства, а если прибавить к ним хорошее настроение, с которым уходят отсюда посетители, то и вовсе можно считать их незначительными.

Теперь, надеюсь, вы не сомневаетесь, куда пойти за красотой и отличным настроением.

Мечта девушек парикмахерской - расширить сферу услуг, перебраться в более просторное и удобное помещение, а так же привлечь ещё мастеров для работы. Но на всё, как известно, нужны финансовые вливания. А по сему коллектив не отказался бы и от помощи спонсоров.

**Алеся Суббота**

# Можно ли купаться в наших водоёмах?

С этим вопросом мы обратились к начальнику Центра гигиены и эпидемиологии Лагуну Э.Л.. Он пояснил, что со второй половины мая, каждую неделю делается забор проб воды с Пружанского озера и бассейна на бактериологические показатели. Раз в год (тоже в начале мая) проверяется химический состав воды. Пока причин для тревоги нет, так как показатели соответствуют требованиям. В случае ухудшения качества воды в водоёмах, информация будет доведена до населения через средства информации: радио, прессу, при помощи запрещающих плакатов непосредственно у водоёмов. На данный день опасности для здоровья нет, купаться можно.

**Светлана Толокняник.**

Решением райисполкома от 30.05.2000 №717 в связи с задолженностью перед Райпо и аптекой в Пружанском РТМО с 01.06.2000 г. постановлено:

Временно приостановить приготовление и выдачу второго завтрака, кефира и молока на ночь в 22.00 в больницах РТМО.

А так же временно приостановить выписку и отпуск медикаментов на льготных условиях и бесплатно, кроме инвалидов ВОВ и страдающих сахарным диабетом, детей до трёх лет.

Как гласит народная мудрость: **"Нет ничего более постоянного - чем сделанное временно"**.

Наша медицина всё более удаляется от безвозмездного оказания помощи людям. Теперь рентгеновский снимок вам сделают бесплатно лишь в экстренных и тяжёлых ситуациях. Ежели ваш случай не таков, сразу же отправляйтесь за плёнкой в оптику. Цены на неё колеблются в зависимости от размера – от 3 до 6 тысяч рублей (деноминированных).

## «Криминальная хроника»

За 5 месяцев 2000 г. в районе зарегистрировано по всем линиям служб 142 преступления. За истекший период по линии уголовного розыска – 77 преступлений. Благодаря осуществлению комплекса предупредительно-профилактических мер удалось сократить, в сравнении с аналогичным периодом прошлого года, групповую преступность с 21 до 11; преступность в состоянии алкогольного опьянения с 14 до 13; грабежи с 4 до 1. Вместе с тем, оперативная обстановка остаётся сложной, особенно неблагоприятна – с совершением преступлений насильственной направленности. За 5 месяцев текущего года в районе совершено 3 убийства (сравните: 1 убийство за такой же период в прошлом году), 4 тяжких телесных повреждения.

Говоря о структуре уголовной преступности, следует отметить, что 59% от всех преступлений составляют кражи. Злободневная проблема – кражи из квартир и домов граждан. В этом году отделением профилактики в результате проведённых мероприятий удалось сократить данный вид преступлений.

1 июня сего года в г.п.Шерешево, с улицы «8-е марта», из сарая гражданки К. неизвестные лица похитили мопед «Дельта».

По данному факту идёт проверка.

В колхозе «Рассвет» в ночь 31.05, со склада д. Рожковичи – произошло хищение муки.

Проводится проверка.

В дежурную часть РОВД, 1 июня около 18 часов поступило сообщение от гражданки Р. о том, что на ул. Октябрьская избили её сына и отняли деньги неизвестные лица. Начальник ОДС, майор милиции Свирепо Л.Н., получив сообщение, ориентировал дежурные наряды и группу в составе участковых инспекторов Дубейко А.П., Сохоневич В.Е., Шерешовец И.Н.. По «горячим следам» (через 15 минут) задержали троих подозреваемых, жителей Пружан. По данному факту возбуждено уголовное дело.



***ГАИ:** За 5 месяцев зарегистрировано 12 ДТП, 2 человека погибло, 12 – получили ранения различной степени тяжести; задержано за управление транспортом в состоянии алкогольного опьянения – 167 человек.*

## Военно-полевые сборы с настоящим испытанем.

Военно-полевые сборы учеников 10-х классов СШ№2 проходили 3 дня в районе Пещины. Мы расположились на бывшем каменно-дробильном заводе. Нас всего было около 20 человек, включая нашего учителя Кузнецова А.В.

Второго июня около 16 часов на пост пожарной охраны поступило сообщение о лесном пожаре. Мы услышали сирену пожарной машины и увидели подымающиеся клубы дыма из близлежащего леса. Все побежали в сторону пожара. Когда мы прибежали в лес, пожарная машина уже подъезжала. Сорвав несколько больших веток, мы начали тушить ими пожар. У некоторых ребят были с собой сапёрные лопатки, с помощью которых засыпали песком огонь. В это время пожарники уже протягивали с большим трудом шланг, так как там очень заросший участок леса.

Мы думали, что всё страшное позади, однако, пламя пожара начало захватывать верхушки деревьев. Пожарники начали тушить деревья. А мы с ребятами побежали тушить другой очаг пожара, который разгорелся сильнее и объёмнее. Всего в лесу было 3 очага возгорания, два из которых были потушены с нашей помощью.

После пожара мы возращались в свой лагерь, а пожарники выразили нам свою благодарность протяжными сигналами сирены машины.

**Янина Костюкович, уч. СШ №2.**

## Служба 01:



С января 2000 г. – по сей день, в районе в результате пожаров сгорело 7 человек.

В мае произошло 15 пожаров (не учитывая пожары леса и торфяников), пожарные совершили 100 выездов.

98% пожаров происходит по вине людей. Причины пожара: неосторожное обращение с огнём (почти 50 % всех пожаров), детская шалость, нарушение эксплуатации печей, замыкание электропроводки.

Выезжая на пикники, в частности на Ясельду, не разжигайте огонь. В сухих погодных условиях это может обернуться подарком леса и торфяников, их уничтожением. ***Берегите природные богатства!***

**ПОЖАРЫ.**

С 4 на 5 июня, в д. Колозубы произошёл пожар личного дома Копорейко Л.А., из-за неосторожности её сына при курении. В результате огнём уничтожена кровля дома, повреждено домашнее имущество, внутренняя отделка дома.

5 июня, 0 ч. 49 мин. – пожар дома в д. Ткачи. Уничтожена кровля, перекрытия. Причина пожара – неосторожное обращение с огнём.



*Міхась Іванавіч Забэйда-Суміцкі*

# "Жыў песняй і песняй даваў людзям радасць"

### Да 100-гадовага юбілею

"З першых слоў ён нябачнымі пальцамі адчування ўзяў сэрца песні, паклаў яго на асцярожшыя далоні дзівоснага голасу і, авеяўшы чараўніцтвам, замыслам, панёс яго, здаецца, між саламяных стрэх, між колоссяў, затопленых сонцам, раскалыханых ветрам".

Гэтыя словы Максім Танк прысвяціў чалавеку, спеваку, чым голасам ў 30-я гады захаплялася ўся Еўропа. Міхась Забэйда-Суміцкі. Аднак не кожны ведае, што Міхась Іванавіч Забэйда-Суміцкі – наш зямляк, што нарадзіўся ён на Ружаншчыне. З 1932 па 1935 гг. спявак працаваў у Міланскай оперы, што ў Італіі. Яго ведалі ў Варшаве, Гданьску, Познані і ў далёкім Харбіне. Стараннямі Міхала Забэйды пасля вайны ў Празе выходзяць кружэлкі-пласцінкі, палова з якіх на нашай роднай мове.

У гэтым годзе, а менавіта 14 чэрвеня, мы будзем адзначаць стогоддзе з дня нараджэння нашага славутага земляка і вялікага спевака Беларусі - Міхася Іванавіча Забэйды-Суміцкага.

# ТАЭКВОНДО






## "Путь ноги и кулака"

Таэквондо – один из восточных видов борьбы. Сложный и красивый. Этим видом спорта в Пружанах занимается 38 детей и подростков (от 7 до 18 лет). Секция таэквондо находится при местной ДЮСШ. Возглавляет её молодой, но опытный тренер Червяков Геннадий Анатольевич (КМС).

Есть у пружанских таэквондистов свои достижения и свои проблемы. В 1999 г. чемпионом юношеских игр Республики Беларусь стал Жукович Александр (красный пояс), выполнив нормативы КМС. В апреле 2000 г. на международном турнире "Олимпийские надежды – 2000" (г. Минск), в котором принимало участие 300 человек, 2-е место занял ученик СШ№1 Грищук Сергей (зелёно-синий пояс). На этом же турнире отличились Кошуба Оксана (1987 г. р.), ученица СШ№1 и Артишевич Виталий (1992 г. р.), ученик СШ №2, занявшие 3-е места.

Для того, чтобы достигнуть определённых успехов в любом виде спорта нужна определённая материальная база. В пружанской секции таэкондо существуют проблемы с инвентарём. Необходимы жилеты, шлемы, накладки, которые стоят от 15 до 40 тысяч деноминированных рублей. Спонсоров у ребят нет.

- Как же выходят из этого положения пружанские таэквондисты? – поинтересовались мы у тренера Червякова Г. А.. Геннадий Анатольевич рассказал: – Жилеты шил сам. Сейчас у нас при секции есть родительский совет. Они шьют жилеты, перешивают из туристических ковриков. Вообще, очень мне помогают, даже на некоторые соревнования на личных машинах родителей выезжаем.

Своими впечатлениями о любимом виде спорта поделился с нами Артишевич В., ему 8 лет, но он уже не новичок в секции.

- Я занимаюсь таэквондо 2 года, мне очень нравится. В Минске на международном турнире занял 3-е место. Там выступали ребята и постарше. Вообще соревноваться тяжело. Ещё мне на этом турнире понравились показательные выступления, там даже доски разбивали. А в прошлом году мы были летом в спортивном лагере, где занимались таэквондо, играли, смотрели видео, ходили купаться с тренером. Мне понравилось.

Следует заметить, что при ДЮСШ и в этом году (с 5 июня) будет работать спортивный лагерь для таэквондистов (родители платят 10% от стоимости питания). В ближайшие планы спортсменов входят участие в открытом Чемпионате Минской области по таэквондо 8 – 9 июня, 9 – 11 июня – Международный турнир в Беларусии по таэквондо, 24 – 26 августа открытый Кубок "Чёрное море" (Одесса). Пожелаем юным таэквондистам успехов!

**Адамчук Елена.**

## Кубок РБ по футболу. 1/32 финала.



13 июня 2000 г. на пружанском стадионе состоится матч на кубок РБ. По жеребьёвке юбилейного, 10-го розыгрыша Кубка Белоруссии, в соперники ФК «Пружанам» достался достаточно сильный ФК «Гранит» (г. Микашевичи). «Гранит» является одним из лидеров 1-й лиги после 8-ми туров (3-е место в турнирной таблице первой лиги). Но команда «Пружаны» полна решимости дать бой.

***Болельщики!** Поддержите свою команду в будний день (среду) на стадионе «Муховец».*

**Адамчук Л.**

## ЗАКВАСНАЯ ТЕМА.

Во время проведения футбольных матчей на стадионе «Муховец» г. Пружаны собирается много людей. Например, на встрече «Пружаны» — «Вертикаль» (Калинковичи) было около 700 человек. А на стадионе, даже в самые жаркие дни, нет ни одной точки по продаже воды, кваса. (К примеру, в Калинковичах, стадион имеет на своей территории выездные буфеты и даже точку с разливным пивом, стадион считается одним из самых посещаемых в подгруппе «Б»). В г.Пружаны бочка с квасом киснет в тени вечерней школы. Может пора общепиту организовать выездную торговлю на стадион во время матчей, себе денег подзаработать и болельщиков порадовать, утолив их жажду.

**Адамчук Л.**

# Советы врача эндокринолога.

То, что в Беларуси распространено заболевание щитовидной железы, знают все. Очень многие сами столкнулись с этой проблемой. Каждый год врач эндокринолог, врачи-педиатры ведут обследования детей в детских садах, школах, беременных женщин. Чем вызвано заболевание щитовидной железы, и как можно сохранить своё здоровье, мы поинтересовались у эндокринолога нашего города Лосимовича Николая Фёдоровича.

От него мы узнали, что заболевание щитовидной железы (эндемический зоб; зоб – это увеличенная щитовидная железа.) – типично для Белоруссии, так как и для других стран, удалённых от морей: Центральной Европы, Азии, Африки, горных массивов, таких как Альпы, Анды, Гималаи.

Эндемический зоб – одно из проявлений йодной недостаточности. 12% населения Земли проживает в регионах, где регистрируется йодная недостаточность. Республика Беларусь, по данным Всемирной Организации Здравоохранения, относится к странам с лёгкой и средней тяжестью заболевания.

Наиболее существенные причины возникновения эндемического зоба – это недостаток йода в окружающей среде, воде, почве, растениях и т. д.

Врачи выделяют такие степени увеличения щитовидной железы:

0 – увеличения нет.

I а – незначительное увеличение.

I б – более выраженное, видимое на глаз опухолевидное образование на передней поверхности шеи, особенно при запрокидывании головы.

II – видимое при обычном положении головы.

III – больших размеров.

На сегодняшний день с I «Б» степенью увеличения и выше (средней степени), на учёте в поликлинике состоит (стоит): 116 детей, 190 подростков, 397 взрослых людей.

Гормоны щитовидной железы регулируют: развитие мозга, рост костной ткани, сердечную деятельность, психические процессы.

Процессы выработки гормонов щитовидной железы невозможны без участия йода. Йод относится к так называемым микроэлементам питания, суточная потребность в нём составляет около 500 мкг, за всю жизнь человек потребляет 12 – 13 г йода. Йод в достаточном и довольно постоянном количестве содержится в морской воде, а вот содержание его в земной коре – очень не равномерно.

Максимальная суточная потребность человека в йоде (Мкг/в сутки):

| | |
|---|---|
| Младенцы | 50 – 80 |
| Дошкольники | 100 – 120 |
| Школьники | 140 – 200 |
| Взрослые | 180 – 200 |
| Беременные, кормящие | 230 – 260 |

Наиболее нуждаются в гормонах щитовидной железы дети, подростки (13 – 14 лет, период полового созревания), беременные и кормящие женщины.

Так как же организму получать нужное количество йода? Существуют профилактические меры, направленные на восполнение этого дефицита в питании:

1. *Применение йодированной соли* – наиболее простой и доступный способ, ведь соль мы употребляем ежедневно. Так что, при покупке выбирайте непременно йодированную соль. ОАО «Мозырьсоль» выпускает различные виды соли «Полесье», среди которых есть «Полесье, йодированная», «Полесье, йодированно-фторированная». Йодированная соль должна храниться в полиэтиленовых пакетах, иначе она инактивируется. Подсаливать пищу необходимо непосредственно перед употреблением (в конце варки, при закрытой крышке), так как при кипячении йод инактивируется.

2. *Включение в пищу морепродуктов,* содержащих йод в большом количестве, это: морская рыба, морская капуста, креветки, кальмары и др., а так же всевозможные консервы из этих продуктов.

3. *Грецкие орехи,хурма, киви.*

4. *Яйца.*

При сегодняшнем экономическом положении правильно питаться очень сложно. Килограмм свежей рыбы стоит от 1200 – 1500 руб., киви 1 штука – 150 руб., а хурму можно купить только в конце лета, весной её в продаже нет. В этом случае Николай Фёдорович предлагает обратиться к пищевым добавкам, содержащим йод, поливитаминам с микроэлементами, в состав которых входит йод (профилактическая доза йода в составе поливитаминов – 100 мкг), йодсодержащим таблеткам (антиструмин). Эти средства можно приобрести в аптеках города.

Н. Ф.: Сейчас у нас в аптеках продаются витамины «Витус с йодом» и для детей «Крепыш с йодом», рыбий жир.



■ ***Если человек уже принимает йодсодержащие таблетки и решил приобрести ещё и витамины с йодом, можно ли совмещать эти препараты?***

Н. Ф.: Конечно нет. На время приёма поливитаминов с йодом приём таблеток (антиструмина) желательно прекратить.

■ ***В каком количестве можно давать ребёнку рыбий жир?***

Н. Ф.: Рыбий жир, если он в капсулах, то три раза в день по одной капсуле, а если нет, то по три чайных ложки.

■ ***Вреден ли антиструмин беременным женщин?***

Н. Ф.: Конечно же нет. Антиструмин – это тот же йод. А беременной женщине нужно получать достаточно гормонов щитовидной железы. Ну и , конечно, каждая мама хочет чтобы её ребёнок родился здоровым и умным, а именно эти гормоны регулируют развитие головного мозга у ребёнка.

■ ***Как влияет радиоактивный йод на состояние щитовидной железы?***

Н. Ф.: Сейчас практически не влияет. Радиоактивный йод живёт 90 дней. Так что он уже повлиял, болеют люди у которых именно тогда был недостаток йода и их щитовидка «схватила» его.

■ ***Так значит люди, получающие нормальное количество йода, в безопасности, даже перед радиоактивным йодом?***

Н. Ф.: Я думаю – да, так как щитовидка берёт столько йода, сколько ей нужно, а остальной выводится с мочой.

■ ***Что бы вы хотели сказать напоследок нашим читателям?***

Н. Ф.: Если у вас появились какие-либо сомнения по поводу своего здоровья, будьте добры, обратитесь к врачу. Если врач назначил вам или вашему ребёнку препараты (рыбий жир, антиструмин) выполняйте все его назначения. Лечение долгое, 6 месяцев, не ссылайтесь на отсутствие результата, к положительному результату долгий путь. У государства нет денег, чтобы проводить групповую профилактику, так давайте сами позаботимся о своём здоровье и о здоровье наших детей!

**Беседу с Лосимовичем Николаем Фёдоровичем провела и записала С. Толокняник.**

## АНЕГДОТЫ

- Ведаеш, каханы, - вітаецца жонка з мужам, - сёння стукнулася с сяброўкаю і...
- Вашыя бабскія справы мяне не цікавяць.
- Твая воля, толькі механік сказаў, што наш аўтамабіль будзе здатны да язды не раней чым праз тыдзень.

***

Сынок да маці:
- Мамачка, ці гэта татка купіў табе гэта новае футра?
- Ой, сынок, калі б я разлічвала на татку, то і цябе небыло б на гэтым свеце.

***

- Мамачка, чаму ты вышла замуж за нашага татку?
- То і ты, дзіцятка, пачынаеш дзівавацца?..

***

Муж вяртаецца з магазіна.
- Калі цябе за чым небудзь пасласць, заўсёды выбераш нешта агіднае...
- Будучы тваім мужам, не выпадае пярэчыць.

***

Гутараць два сябры:
- Найлепшыя хвіліны ў маім жыцці звязаны з касцёлам.
- Ты так ахвотна ходзіш у касцёл?
- Я не, але мая жонка.

***

Жонка, чытаючы кнігу пра псўхалогію жывёл, звяртаецца да мужа:
- Вось цікава тут напісана пра катоў, што яны жорсткія, каварныя, і вераломныя. Думаеш, гэта праўда?
- Так, коцік.

***

- Зусім не разумею,- звяртаецца жонка да мужа,- што мужчыны бачаць у той Кім Бэсінджэр. Калі б забраць ад яе той прыгожы твар, бюст, ногі – дык што ад яе застанецца?
- Ты, каханая.

***

- Чаму наш сусед назваў свайго сына Гамлетам? Мо ён з'яўляецца любіцелем Шэкспіра?
- Яго сын, ці не яго, - вось пытанне!

***

Аб'ява ў газэце: " Прадам вудзільны камплект. Калі ў трубцы адазвецца мужчынскі голас, скажыце "Памылка" ды пакладзіце трубку.

***

Цырульнік кліенту:
- У вас выпадаюць валасы; ці былі вы ў доктара?
- Не, яны самі пачалі выпадаць.

***

- Твой сусед, напэўна, баксёр?
- Не. А чаму ты так думаеш?
- Бо уяго такі расплясканы нос.
- Гэта не ад боксу. Ён мые вокны ў жаночай лазні.

## Бесплатный купон для частных объявлений

*(действителен в течение одного месяца после выхода газеты)*

Заполняется печатными буквами или разборчиво

**Рубрика**____________________

**Текст объявления**____________________

**Обрашаться**____________________

**Фамилия И.О., адрес, тел. (не для печати)**

## Объявляется подписка

Уважаемые читатели!

Если вы хотите получать нашу газету регулярно, то вполне можете оформить подписку. Но, не на почте, а у нас в редакции.

Позвоните по телефону 2-00-40 и сообщите в какое время и куда нам следует доставить свежий номер.

**Редакция**

## ФОТАЖАРТ



*Фота з сусветнай сеткі Інтэрнэт*

## з 28.05.2000 РАСКЛАД РУХУ ЦЯГНІКОЎ
### *па станцыі Аранчыцы*

| Поезд: нумар | Поезд: тып | Напрамак руху: | Прыбыцце | Адпраўленне | Дні курсавання |
|---|---|---|---|---|---|
| **НА БРЭСТ** | | | | | |
| 177 | пас. | Адлер-Брэст | 04.12 | 04.14 | Па цотных |
| 27 | хуткі | Масква-Брэст | 04.39 | 04.41 | Кожны дзень |
| 73 | хуткі | Масква-Брэст | 05.36 | 05.38 | Па цотных |
| 6001 | эл. | Мінск-Брэст | 06.21 | 06.23 | Кожны дзень |
| 6003 | эл. | Баранавічы-Брэст | 08.36 | 08.38 | Кожны дзень |
| 49 | хуткі | Санкт-Пецярбург-Брэст | 08.51 | 08.53 | Кожны дзень |
| 195 | пас. | Масква-Брэст | 11.29 | 11.31 | Па няцотных |
| 45 | хуткі | Свярдлоўск-Брэст | 14.48 | 14.50 | Аўторак, серада |
| 6005 | эл. | Мінск-Брэст | 15.41 | 15.42 | Кожны дзень |
| 111 | хуткі | Горкі-Брэст | 16.28 | 16.30 | Панядзелак, серада, субота |
| 113 | хуткі | Новасібірск-Брэст | 16.28 | 16.30 | Нядзеля |
| 6007 | эл. | Мінск-Брэст | 18.15 | 18.16 | Кожны дзень |
| 121 | пас. | Гродна-Брэст | 19.56 | 19.58 | Кожны дзень |
| 105 | хуткі | Мінск-Брэст | 21.02 | 21.05 | Кожны дзень |
| 6009 | эл. | Мінск-Брэст | 21.36 | 21.39 | Кожны дзень |
| **НА МІНСК** | | | | | |
| 106 | хуткі | Брэст-Мінск | 07.33 | 07.36 | Кожны дзень |
| 6000 | эл. | Брэст-Мінск | 07.55 | 07.56 | Кожны дзень |
| 6002 | эл. | Брэст-Мінск | 10.07 | 10.08 | Кожны дзень |
| 112 | хуткі | Брэст-Горкі | 11.35 | 11.37 | Аўторак, пятніца, нядзеля |
| 114 | хуткі | Брэст-Навасібірск | 11.35 | 11.37 | Панядзелак |
| 6004 | эл. | Брэст-Мінск | 13.23 | 13.25 | Кожны дзень |
| 50 | хуткі | Брэст-Санкт-Пецярбург | 15.06 | 15.08 | Кожны дзень |
| 74 | хуткі | Брэст-Масква | 15.26 | 15.29 | Па цотных |
| 28 | хуткі | Брэст-Масква | 19.31 | 19.34 | Кожны дзень |
| 6006 | эл. | Брэст-Мінск | 20.03 | 20.05 | Кожны дзень |
| 178 | пас. | Брэст-Адлер | 21.29 | 21.31 | Па цотных |
| 6008 | эл. | Брэст-Баранавічы | 22.10 | 22.12 | Кожны дзень |
| 196 | пас. | Брэст-Масква | 22.33 | 22.35 | Па няцотных |
| 122 | пас. | Брэст-Гродна | 23.43 | 23.45 | Кожны дзень |

**Даведкі па тэлефоне 51-1-71 з 14.00 да 17.30 гадзін.**

*Адпраўленне аўтобусаў з аўтастанцыі г.Пружаны на Аранчыцы:*
(данныя на 30.05.2000)

**5.45, 6.55, 7.55, 8.30, 9.10, 10.50, 12.00, 12.30, 12.45** (пятн., суб., нядз.), **14.00, 15.15, 17.00, 17.40, 19.15, 20.30, 21.35, 23.00**


**Голас Пружаны**

**Рэг. № 1323 ад 16.07.1999 г.**
**Заснавальнік і рэдактар**
**Язэп Машкала**

**Адрас рэдакцыі:**
225140, г. Пружаны, вул.Свабоды, 53
**Для пісем:**
225140, г. Пружаны, вул. Завадская, 16
**Телефон:**
(01632) 2-00-40
**E-mail:**
Jaravit@mail.ru

Аўтары апублікаваных матэрыялаў нясуць асабістую адказнасць за падбор і дакладнасць фактаў, іх меркаванні могуць не супадаць з поглядамі рэдакцыі.

Рэдакцыя не вядзе перапіску з чытачамі і пакідае за сабою права рукапісы не рэцэнзаваць і не вяртаць.

Газета друкуецца на беларускай і рускай мовах.

Падпісана да друку 9 чэрвеня 2000 года.

Час падпісання 14:00

Надрукавана ў Слонімскай узбуйненнай друкарні, г. Слонім, вул. Хлюпіна, 16.

Наклад 1000 экз.
Заказ №